

Omitama City Living Guide

お み た ま し
小美玉市

せ い か つ
生活ガイドブック



く
暮らし

こそだ
子育て

いりょう
医療

ぼうさい
防災

ごみ

～もくじ～

1. 相談窓口・日本語教室

こうもく 項目	ページ	と あ さき 問い合わせ先
そうだんまどぐち 相談窓口	3	しみんきょうどうか 市民協働課
にほんごきょうしつ 日本語教室	3	しみんきょうどうか 市民協働課
し し 市からのお知らせがほしいとき	3	みりよくはっしんか 魅力発信課

2. 茨城県の相談窓口

せいかつぜんぱん そうだん 生活全般について相談したいとき	4	いばらきけんこくさいこうりゅうきょうかい (公財) 茨城県国際交流協会 がいこくじんそうだん 外国人相談センター
びょういん/い 病院に行きたいとき	4	いばらきけんちょう ほけんいりょうぶいりょうせいさくか 茨城県庁 保健医療部医療政策課
IBARAKIネイティブ コミュニケーションサポーター	4	いばらきけんちょう 茨城県庁 けんみんせいかつかんきょうぶがいこくじんせいさく 県民生活環境部外国人政策チーム

3. いろいろな手続き

ひ こ 引っ越すとき	5	しみんか 市民課
いえ すいどう つか 家で水道を使うとき	5	こほくすいどうきぎょうだん 湖北水道企業団 すいどうか 水道課
マイナンバーカード	5	しみんか 市民課
ぜいきん 税金	5	ぜいしつか 税務課
こくみんねんきん 国民年金	6	いりょうほけんか 医療保険課
いりょうほけん 医療保険	6	いりょうほけんか 医療保険課

4. 子育て・教育

にんしん 妊娠したら	7	かてい こども家庭センター
あか 赤ちゃんがうまれたら	7	しみんか 市民課
ほいくえん/ようちえん 保育園・幼稚園	7	か こども課
しょうがっこう/ちゅうがっこう 小学校・中学校	7	きょういくしどうか 教育指導課
こうとうがっこう 高等学校	8	いばらきけんちょう 茨城県庁 がっこうきょういくぶこうこうきょういくか 学校教育部高校教育課

5. 災害・緊急

さいがい 災害	8	ぼうさいかんりか 防災管理課
さいがい じゅんび 災害のための準備	9	ぼうさいかんりか 防災管理課
きんきゅうつうほう 緊急通報	9	しょうぼうほんぶ 消防本部 いばらきけんけい 茨城県警

6. ごみ・ペットのルール

だ かた ごみの出し方	10	かんきょうか 環境課
----------------	----	---------------

くちょう/じょうほう/し 区長の情報が知りたいとき	1 0	しみんきょうどうか 市民協働課
か かた ペットの飼い方	1 0	かんきょうか 環境課

7. 自転車のルール

じてんしゃ の かた 自転車の乗り方	1 1	いばらきけんけい 茨城県警
がいこくじん/じょうほう/はっしんちゅう 外国人への情報を発信中！！	1 1	しみんきょうどうか 市民協働課

8. 多言語のガイドブック

ことば み あなたの言葉で見られます！	1 2	しみんきょうどうか 市民協働課
------------------------	-----	--------------------

と あ さき いちらん ～問い合わせ先一覧～

と あ さき 問い合わせ先	ばしょ 場所	でんわばんごう 電話番号	まどぐちじかん 窓口時間
しみんきょうどうか 市民協働課	おみたましかたくら おみたましやくしよほんちよう1かい 小美玉市堅倉835 小美玉市役所本庁 1 階	0299-48-1111	8：45～16：30
みりよくはっしんか 魅力発信課	おみたましかたくら おみたましやくしよほんちよう2かい 小美玉市堅倉835 小美玉市役所本庁 2 階	0299-48-1111	8：45～16：30
いばらきけんこくさいこうりゅうきょうかい (公財) 茨城県国際交流協会 がいこくじんそうだん 外国人相談センター	みとしせんばちよう 水戸市千波町745 かいかんぶんかん2かい ザ・ヒロサワ・シティ会館分館 2 階	029-244-3811	8：30～17：00
いばらきけんちよう 茨城県庁 ほけんいりようぶいりようせいさくか 保険医療部医療政策課	みとしかさばらちよう いばらきけんちよう14かい 水戸市笠原町978-6 茨城県庁 1 4 階	029-301-3124	8：30～17：15
いばらきけんちようけんみんせいかつかんきょうぶ 茨城県庁県民生活環境部 がいこくじんせいさく 外国人政策チーム	みとしかさばらちよう いばらきけんちよう12かい 水戸市笠原町978-6 茨城県庁 1 2 階	029-301-2174	8：30～17：15
しみんか 市民課	おみたましかたくら おみたましやくしよほんちよう1かい 小美玉市堅倉835 小美玉市役所本庁 1 階	0299-48-1111	8：45～16：30
こほくすいどうきぎょうだん 湖北水道企業団	いしおかしたじま 石岡市田島2-6-4	0299-24-3232	8：30～17：15
すいどうか 水道課	おみたましなかのや 小美玉市中野谷501-216	0299-48-1111	8：45～16：30
ぜいむか 税務課	おみたましかたくら おみたましやくしよほんちよう1かい 小美玉市堅倉835 小美玉市役所本庁 1 階	0299-48-1111	8：45～16：30
いりようほけんか 医療保険課	おみたましかたくら おみたましやくしよほんちよう1かい 小美玉市堅倉835 小美玉市役所本庁 1 階	0299-48-1111	8：45～16：30
かてい こども家庭センター	おみたましおかわ おかわほけんそうだん 小美玉市小川2-1 小川保健相談センター	0299-56-6640	8：45～16：30
か こども課	おみたましかみたまり たまりそうごうしよ2かい 小美玉市上玉里1122 玉里総合支所 2 階	0299-48-1111	8：45～16：30
きょういくしどうか 教育指導課	おみたましおかわ おかわそうごうしよ2かい 小美玉市小川4-11 小川総合支所 2 階	0299-48-1111	8：45～16：30
いばらきけんちよう 茨城県庁 がっこうきょういくぶこうこうきょういくか 学校教育部高校教育課	みとしかさばらちよう いばらきけんちよう22かい 水戸市笠原町978-6 茨城県庁 2 2 階	029-301-5245	8：30～17：15
ぼうさいかんりか 防災管理課	おみたましかたくら おみたましやくしよほんちよう1かい 小美玉市堅倉835 小美玉市役所本庁 1 階	0299-48-1111	8：45～16：30
しょうぼうほんぶ 消防本部	おみたましおかわ 小美玉市小川43-2	0299-58-4541	8：30～17：15
いばらきけんけい 茨城県警	みとしかさばらちよう 水戸市笠原町978-6	029-301-0110	9：00～16：00
かんきょうか 環境課	おみたましかたくら おみたましやくしよほんちよう1かい 小美玉市堅倉835 小美玉市役所本庁 1 階	0299-48-1111	8：45～16：30

1.相談窓口・日本語教室

相談
窓口

生活のなかで困ったことや分からないことがあるときは、
ひとりで悩まずに相談してください。一緒に解決しましょう。

小美玉市役所 市民協働課

小美玉市役所 1階 小美玉市堅倉835

☎ 0299-48-1111

★無料で相談できます。

日本語
教室

小美玉市には、日本語を勉強できるところが2つ
あります。はじめに、市民協働課に電話してくだ
さい。教室を案内します。電話では、名前と住ん
でいるところなどを聞きます。



て て かい
手と手の会

日 期：毎週土曜日 13:30～

場 所：やすらぎの里小川
おみたましなかのべ
(小美玉市中延1508-1)

サバイディ

日 期：毎週木曜日 19:00～

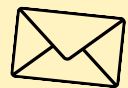
場 所：羽鳥ふれあいセンター
おみたましはとり
(小美玉市羽鳥2663-70)



市からのお知らせがほしいとき

市民協働課

スマートフォンに小美玉市の情報が届きます！！



▲市のホームページは
ここから見れます

- 災害、避難のこと
- 火事のこと
- 小美玉市のイベントのこと

とうろく
ここから登録
できます



魅力発信課

2. 茨城県の相談窓口

せいかつぜんぱん

そうだん

生活全般について相談したいとき

むりょう そうだん
★無料で相談できます。

げんご そうだん
★いろいろな言語で相談できます。

くわしくは
こちら

いばらきけんこくさいこうりゅうきょうかい がいこくじんそうだん
📍 (公財) 茨城県国際交流協会 外国人相談センター



びょういん い

病院に行きたいとき

びょういん/い まえ そうだん
★病院に行く前に、相談ができます。

びょういん/つうやく/つか
★病院で通訳を使えます。

げんご たいおう
★33の言語に対応しています。



もう こ ひつよう
←こちらから申し込みが必要です

もう こ ほうほう み
申し込みの方法はこちらを見てください→



いばらきけんちょう ほけんいりょうぶいりょうせいさくか
📍 茨城県庁 保健医療部医療政策課



IBARAKIネイティブ コミュニケーションサポーター



じぶん ことば そうだん
★自分の言葉で相談できます。

しゃくしょ いっしょ
★市役所に一緒にきてくれます。

おな くに ひと てつだ
★同じ国の人を手伝ってくれます。



いばらきけんちょう けんみんせいかつかんきょうぶがいこくじんせいさく
📍 茨城県庁 県民生活環境部外国人政策チーム

3.いろいろな手続き



引っ越すとき



しみんか
市民課



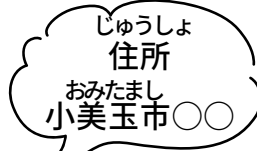
おみたまし ひ こ ひと 小美玉市へ引っ越してきた人	ひ こ 引越してから14日以内に、 しゃくしょ てつづ 市役所で手続きをしてください。
おみたまし ひ こ ひと 小美玉市のなかで引っ越す人	
ほか しちょうそん ひ こ ひと 他の市町村に引っ越す人	



家で水道を使うとき

すいどう つか とき 水道を使う時	つか ひ にちまえ てつづ 使いたい日の3日前までに手続き
すいどう と とき 水道を止める時	つか ひ にちまえ てつづ 使うのをやめる日の3日前までに手続き

じゅうしょ ぶぶん
住所の〇〇の部分が
かみたまり/ かわなご/ くりまたしか
上玉里、川中子、栗又四ヶ、
しもたまり/ たかさき/ たぎや/ ひがしたなか/ もじ
下玉里、高崎、田木谷、東田中の文字が
ある人はこちらを見てください
こほくすいどうきぎょうだん
湖北水道企業団



じゅうしょ ぶぶん
住所の〇〇の部分が
ひだり もじがけい ひと
左の文字以外の方は
こちらを見てください



すいどうか
水道課



マイナンバーカード

なまえ/じゅうしょ/かくにん
あなたの名前や住所を確認するときに
つか
使います。

マイナンバーカードをつくりたい人は、
しゃくしょ/てつづ
市役所で手続きしてください。

しみんか
市民課



税金

にほん す ひと ぜいきん はら
日本に住む人は、税金を払います。
ぜいきん はら かみ のうふしょ いえ
税金を払うための紙（納付書）が家に
とど 届くことがあります。その紙を使って、
しゃくしょ ぎんこう はら
市役所やコンビニ、銀行で払います。

ぜいむか
税務課



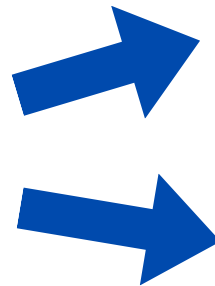
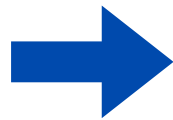
3.いろいろな手続き



こくみんねんきん 国民年金



にほん す さい さい ひと こくみんねんきん/はい
日本に住む20歳から59歳までの人は、国民年金に入ります。
かいしゃ/はた ひと こうせいねんきん/はい
会社で働いている人は、厚生年金に入ります。
かね あつ ねんれい/たか/ ひと/しょう ひと たす
みんなからお金を集めて、年齢が高い人や障がいのある人を助けるものです。



いりょうほけんか
医療保険課



いりょうほけん 医療保険

いりょうほけんか
医療保険課

にほん す ひと/はい
日本に住む人は入ります。
びょうき びょういん/はら かね やす
病気やけがのときに、病院に払うお金が安くなります。
いりょうほけん/はい しかくかくにんしょ しかくじょうほう し
医療保険に入ると「資格確認書」か「資格情報のお知らせ」が
びょういん/い み
もらえるので、病院に行ったときに見せてください。

しゅるい 種類	はい ひと 入る人	れんらくさき 連絡先
ひようしゃほけん 被用者保険	かいしゃ/はたら ひと 会社で働いている人	はたら かいしゃ 働いている会社
こくみんけんこうほけん 国民健康保険	さい さい ひと 0歳から74歳までの人  くわしくはこちら	いりょうほけんか 医療保険課
こうきこうれいしゃいりょうほけん 後期高齢者医療保険	さい ひと 75歳からの人  くわしくはこちら	いりょうほけんか 医療保険課

4.子育て・教育

にんしん

妊娠したら

にんしん

妊娠がわかったら、市役所で手続きをします。

しやくしょ てつづ

びょういん/ にんしんしょうめいしょ

①病院で「妊娠証明書」をもらう

②アプリをいれる

よやく

③アプリで予約する

かてい

い

④こども家庭センターに行く

かてい

📍こども家庭センター



あか

赤ちゃんがうまれたら

しやくしょ しゅっせいとどけ だ

①市役所に「出生届」を出す

しゅつにゆうこくざいりゅうかんりきよく/てつづ

②出入国在留管理局で手続きをする

たいしかん りょうじかん/ほうこく

③大使館・領事館に報告する

📍しみんか
市民課

にちいない

【14日以内】

にちいない

【30日以内】

くに

【国によってちがいます】



ほいくえん

ようちえん

保育園・幼稚園



とう

かあ

しごと

いっしょ

す

お父さんとお母さんが仕事で、こどもと一緒に過ごすことができないときに、

せわ

しょうがっこう

はい

まえ

つか

こどもの世話をしてくれるところです。小学校に入る前のこどもが使えます。

つか まえ てつづ

くわ

か

き

使う前に手続きがいります。詳しくは、こども課に聞いてください。

📍か
こども課



しょうがっこう

ちゅうがっこう

小学校・中学校

しょうがっこう/はい/ まえ

にほん

しょうがっこう

ようす

み

小学校に入る前に、日本の小学校の様子を見ましょう。

にほん

しょうがっこう

ちゅうがっこう

ねんかん

がっこう

い

日本では、小学校から中学校の9年間は、学校に行きます。

しょうがっこう

さい

たんじょうび

つぎ

がつ

はい

ねんかん

〈小学校〉 6歳の誕生日の次の4月から入ります。(6年間)

ちゅうがっこう

さい

たんじょうび

つぎ

がつ

はい

ねんかん

〈中学校〉 12歳の誕生日の次の4月から入ります。(3年間)

がっこう はい

きょういくしどうか

き

学校に入りたいときは、教育指導課に聞いてください。



きょういくしどうか
教育指導課



こうとうがっこう
高等学校

にほん/ こうこうにゅうがく こうこう せいかつ し
日本の高校入学や、高校での生活について知ることができます。
くわ こうこうきょういくか/ き
詳しくは、高校教育課に聞いてください。



いばらきけんちょう がっこうきょういくぶこうこうきょういくか
茨城県庁 学校教育課

さいがい きんきゅう
5. 災害・緊急

さいがい
災害

じしん
地震

じめん ゆ
地面が揺れることです。
おお じしん
大きな地震では、
たてもん こわ かじ
建物が壊れたり、火事になるこ
ともあります。



たいふう
台風

がつ がつ おお く
7月から10月に多く来る、
おおあめ つよ かぜ
大雨と強い風のことです。
こうずい かわ みず ふ あふ
洪水（川の水が増え、溢れる）
どしゃくず やま つち くず
土砂崩れ（山の土が崩れる）
お
が起ることがあります。



さいがい お
災害が起きると…



でんわ
電話がつながらない



でんき みず
電気・ガス・水が
つか
使えない



でんしゃ
電車・バスが
つか
使えない



か
ものが買えない

さいがい じゅんび 災害のための準備

さいがい お じゅんび たいせつ
災害が起きたときのために、準備することが大切です。

じょうほう あつ 【情報を集める】

★Webサイト・SNS

おみたまし ぼうさい
小美玉市防災サイト▶



ぼうさいかんりか
防災管理課 X ▶



ただ じょうほう あつ
正しい情報を集めましょう。

★アプリ「Uni-Voice」

さいがい あぶ
災害のときに「どこが危ないか」
に
「どこに逃げるか」わかります。



に も だ 【逃げるときに持ち出すもの】

も だ ふくろ い じゅんび
持ち出しやすいように袋に入れて、準備しましょう。

かね しかくかくにんしよ/ めんきょしょう
お金、パスポート、資格確認書、免許証、マイナンバーカード、

の みず た かんづめ しょくひん けいたい
飲み水、食べるもの（缶詰、レトルト食品）、携帯ラジオ、

かいちゅうでんとう つか くすり
懐中電灯、いつも使う薬 など



きんきゅうつうほう 緊急通報



しょうぼう きゅうきゅうしゃ
消防・救急車

☎ 119

よ かた 【呼び方】

① 「火事です」 or 「救急です」

② 来てほしい場所

③ 自分の名前、電話番号



けいさつ
警察

☎ 110

よ 【呼ぶとき】

はんざい もの ぬす ひと なぐ
・犯罪（物を盗む、人を殴る）

くるま/ じてんしゃ
・車や自転車などがぶつかる

じこ
事故



6.ごみ・ペットのルール



ごみの出し方

ごみは決められた日に、決められたところに出します。
捨てる日と捨てる場所は、住んでいるところによって違います。



かんきょうか
環境課

捨てる場所は、住んでいるところの
「区長」に聞いてください。「区長」は
市民協働課に聞いてください。

※「区長」→住んでいるところのリーダー



英語、ベトナム語、インドネシア語、シンハラ語、中国語で
見ることができます。



ペットの飼い方



- ①最後まで大切に世話をしましょう。
- ②近くの人に迷惑をかけないようにしましょう。
- ③必要がないときは、ペットの子どもを増やさないようにしましょう。
- ④動物からうつる病気について知りましょう。
- ⑤迷子になったときのために、飼い主がわかるようにしましょう。
- ⑥家を借りている人は、ペットの飼い方を、家を貸している人に
聞いてください。

かんきょうか
環境課

じてんしゃ 7. 自転車のルール



じてんしゃ の かた 自転車の乗り方



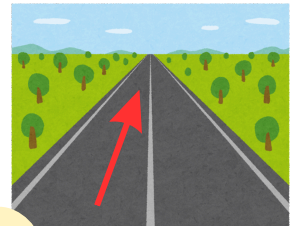
けいたいでんわ つか
携帯電話やイヤホンを使いながら、
の
乗ってはいけません。



くら
暗いときは、ライトをつけましょう。



だい の
1台にふたりで乗ってはいけません。



どうろ/ひだりがわ/はし
道路の左側を走りましょう。



さけ の じてんしゃ の
お酒を飲んだら、自転車に乗ってはいけません。

ほか み
他にもルールがあるので、こちらを見てください。
くに げんご み
8つの国の言語で見ることができます。



がいこくじん じょうほう はっしんちゅう 外国人への情報を発信中！！

じょうほう/せいかつ やくだ/じょうほう
イベント情報や生活に役立つ情報
とうこう
などを投稿しています！

こくさいこうりゅう し
●国際交流イベントのお知らせ

がいこくじん/かた/む し
●外国人の方向けのお知らせ

さいがい とき し
●災害の時のお知らせ



@omitama.kokusai



おみたましこくさいこうりゅうきょうかい
小美玉市国際交流協会



Follow us!!

8. ^{たげんご}多言語のガイドブック

^{ことば} ^み
あなたの言葉で見られます！

^{にほんご}
【やさしい日本語】

Easy Japanese



^{えいご}
【英語】

English



^{ちゅうごくご}
【中国語】

中文



^ご
【インドネシア語】

Bahasa Indonesia



^ご
【タイ語】

ภาษาไทย



^ご
【ベトナム語】

Tiếng Việt



^ご
【シンハラ語】

සිංහල





小美玉市
OMITAMA